

Грудне вигодовування – жменька знань

Грудне вигодовування передбачене природою

Вироблення молока починається вже під час вагітності. Протягом перших шести місяців дитина потребує лише грудного молока. Після цього рекомендується продовжувати грудне вигодовування разом з відповідним прикормом. Так довго, як того бажають мати і дитина, навіть протягом двох років і довше.

Прямий контакт зі шкірою відразу після народження

Час закохатися! Широкий і непорушний контакт шкіра-до-шкіри підтримує інтимний зв'язок. Часто дитина починає годувати грудьми годувати грудьми самостійно в такій ситуації.

Нахилене положення під час грудного вигодовування

Мати відкидається на спинку крісла з хорошою підтримкою та розслабленням, а дитина лежить на животі. У такому положенні дитині легше дотягнутися до грудей, тому що його вроджені рефлекси до грудного вигодовування можуть бути добре активовані.

Часте грудне вигодовування – це правильно і важливо

Немовля хоче, щоб його прикладали до грудей вісім-дванадцять разів – або й більше – протягом 24 годин. Таким чином, вона отримує багато молока і багато фізичної близькості.

Зціджування грудного молока вручну

Мами також можуть ефективно зціджувати молоко вручну. Цей метод дуже практичний, простий в освоєнні і не залежить від технічних засобів.

Рекомендації ВООЗ щодо грудного вигодовування

Виключно грудне вигодовування протягом 6 місяців. Вашій дитині не потрібна інша їжа або рідина. З 7-го місяця поступово вводьте прикорм, продовжуючи годувати грудьми до 2 років або пізніше – так, як подобається вам і вашій дитині.

Ініціатива „Babyfreundlich“

У Німеччині ініціатива ВООЗ/ЮНІСЕФ BABYFREUNDLICH забезпечує якість наших лікарень, сертифікованих як “Лікарні, доброзичливі до дитини”. Всі вони працюють відповідно до перевірених 10 кроків ВООЗ та ЮНІСЕФ – з помітним успіхом. Ми даємо простір для любові.

WHO/UNICEF-Initiative Babyfreundlich e. V.

Zum Aquarium 6 a

46047 Oberhausen

Тел: 0208 828556-0

E-Mail: info@babyfreundlich.org



babyfreundlich.org